



## Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Limanowej

### 3 czerwca 2016r.- spotkanie w ramach programu korekcyjno-edukacyjnego

W dniu **3 czerwca 2016r.** o godzinie **16:00** w sali konferencyjnej **204** budynku **B** Starostwa Powiatowego w Limanowej odbędzie się spotkanie grupowe w ramach **programu korekcyjno-edukacyjnego**. Przypominamy, iż program skierowany jest do osób mających trudności z radzeniem sobie ze stresem, kontrolą negatywnych emocji i rozładowaniem napięcia emocjonalnego, a także do osób stosujących przemoc w rozwiązywaniu trudności i konfliktów.

Serdecznie zapraszamy osoby zainteresowane udziałem w bieżącej i kolejnej edycji programu, które chcą podjąć pracę nad sobą i swoimi relacjami z innymi na spotkanie grupowe w ramach programu korekcyjno-edukacyjnego.

Spotkanie pozwoli na otrzymanie informacji o dodatkowych formach wsparcia jakimi są spotkania indywidualne oraz małżeńskie, pomoc psychologiczna czy prawna.

Osobom biorącym udział w programie przypominamy o terminie kolejnego spotkania i podkreślamy, iż udział w programie przynosi wiele korzyści w zakresie funkcjonowania osobistego, społecznego, rodzinnego czy zawodowego.

Umożliwia pozyskanie wiedzy o rodzajach przemocy, mechanizmach towarzyszących zjawisku przemocy, fazach i cyklu przemocy oraz o jej niszczącym wpływie na dobrostan psychofizyczny człowieka.

Udział w programie pozwala na zdobycie wiedzy z zakresu komunikacji interpersonalnej i społecznej, asertywności, akceptowalnych społecznie sposobów radzenia sobie ze złością i napięciem emocjonalnym. Program przeciwdziała występowaniu przemocy w rodzinie, pozwala także na naukę konstruktywnego wyrażania uczuć oraz komunikowania swoich potrzeb.

Więcej informacji o programie można uzyskać dzwoniąc pod numerem telefonu **(18) 33 37 912** lub w siedzibie Tutejszego Centrum (ul. J. Marka 9, 34-600 Limanowa). Informacji udziela Pani **Małgorzata Frączek**.